

抗がん剤治療中でも楽しく食べられる 「副作用対策食」誕生秘話

監修 ● 河内啓子 国立病院機構四国がんセンター栄養管理室長
立田秀義 同センター栄養管理室調理師長

フをコンビニに走らせ、食パンを買ってこさせたことがある。けれども、病気が進行したある日、この女性がつぶやいた。「そろそろお迎えが来とるわい。最近食パンも吐き気がして食べられなくなった。食パンだけ

はいつも食べられていたのに」石長さんは大きなショックを受ける。女性はルールにしたがつて食パンを選んでいた。ロールパンはパターの香りがして、食べられなかったからだ。「決してわがままや不機嫌ではなく、「食パンだけは食べられる」というのが、患者さん唯の食事への希望だったので」がん治療中の患者さんが食べることに対して抱く思いの深さを、石長さんは決して忘れないよう、強く意識している。◎

選 べて食べられてほつとして、患者さんの表情が変わる！

四国がんセンターの病院食で驚くのは、いろいろなセットがいくつもつくられ、患者さんの要望に迅速に応えられようになっていることだ。抗がん剤による食欲不振や吐き気で食べられない患者さんに向けた「坊っちゃん食」も、その一つとして位置づけられている。

トセット」、フルーツを盛り合わせた「フルーツセット」、毎回違う麺をメインにした「麺セット」など。そして、「坊っちゃん食」と同じがん治療の副作用対策食にも、「漱石食」（口内炎などがしみる人向け）、「マドナ食」（嚥下障害のある人向け）、「赤シャツ食」（白血球減少により抵抗力が落ちた人向けの準加熱食）がそろっている。

08年に石長さんのあとを引き継いだ、現・栄養管理室長の河内啓子さんはいう。「メニューの選択肢が多く、選べることは患者さんにも大きなメリットだと思います。選べると楽しい。そして、一口ずつ食べていくと、二口、三口と食べられるようになり、患者さんの表情が変わってきます。副作用で苦しい中、「食事だけが楽しみ」というところがある。その食事が苦痛にならないように、治療中も楽しく食事ができるように、と考えています」

それにしても、405床ある四国のがん診療連携拠点病院で、副作用対策食（坊っちゃん食・漱石食・マドナ食）を希望する人は常時10〜20人程度。「そんな少数の患者のために、特別な食などつくれない」というのが、今までの病院の基本姿勢といえるが、四国がんセンターの栄養管理室は、「副作用対策食」を病院食のシステムに組み込んでしまうことで、逆に個別で細かい対応1人ひとりにあった特別食を可能にしまったのだ。



栄養管理室長の河内啓子（左）さんと調理師長の立田秀義（右）さん。ここでは管理栄養士、栄養士、調理師の全員が副作用対策食のアイデアを出して、試作し、メニュー作りが行われている

食事でお悩みのあなたへ

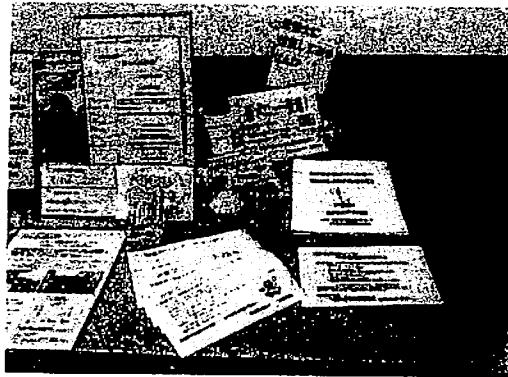
～がん患者・家族・医療関係者のための食事～
～消化器系がん・呼吸器系がんの栄養と対応～

国立がん研究センター がん予防・検診部

がん予防・検診部 がん予防センター
がん予防・検診部 がん予防センター
がん予防・検診部 がん予防センター

小冊子「食事でお悩みのあなたへ」
四国がんセンター時代、石長さんがスタッフ
とともに作成。食事への細やかな対応は、
石長さんが去ったあとも引き継がれている

患者さんの食事に関する資料を多く作成、置かれてある通院
治療室のスタッフからは「好評で、たくさん持っていても
らっている」という声を聞く



出 ってくるまでメニューが
「坊っちゃん食」でおもしろい
のは、内容がおまかせで、出て
くるまでわからない点。しかも、
「いろいろなものを組み合わせ
ているので、料理の組み合わせ

や味付けの組み合わせも、かな
りバラバラ」と、調理師長の立
田秀義さんは笑う。

バラバラの理由はもちろん、
「とにかくどれか一つでも、一
口でもいいから食べてもらえ
るように」。だが、もう一つ、「思
いがけない組み合わせ」によっ
て、「予測性嘔吐を防止するため
でもある。結果として、通常の
病院食ではありえないメニュー
も登場する。オムライス、お好
み焼。焼鮎寿司まである。「揚
げ物は食べにくい」という固定
観念にも縛られず、天ぷらなど
も出している。スタッフの研究
の甲斐あって、「きらいなもの
が出た」といった苦情も出ず、
「入院中のちよつとしたサブ
ライズ」と、患者さんにも好評だ。

この日の昼食メニューは、お
好み風ライス焼と蒸し春巻き。
お好み風ライス焼はおじやお
好み焼きにしたようなもので、
卵、しらす干し、海苔、紅生姜
入り。スタッフ自慢の味噌マヨ
ネーズが効いている。春巻きは
油で揚げると固くなるため、発
想を変えて蒸したとのこと。青
しそが添えられ、青しそドレッ
シングがかかって、あっさりし

抗がん剤を投与した直後に食べられなくて。
「坊っちゃん食」はメニューが多くていい。

山木豊子さん(仮名・卵巣がん・66歳)

2年前に卵巣がんがわかり、抗がん剤治療で腫瘍を小さくし
てから、手術を受けました。術後も抗がん剤治療をし、自宅療
養していましたが、09年2月、肝臓への転移が見つかり、抗が
ん剤のパラプラチン(一般名カルボプラチン)による治療を開
始しました。でも、5月には副作用が強くなったために中止し、6
月からイリノテカン(一般名)とタキソール(一般名パクリ
タキセル)の併用療法を受けています。

副作用は味覚障害(味が無い)、食欲不振など。吐き気はあり
ませんが、食べたくありません。

病院の食事は(おいしくなくて)食べられないから、楽しく
ないです。とくに、抗がん剤を投与した直後は、ものが食べら
れません。自宅なら好きなものをつくって食べられるのに……。

その意味では、「坊っちゃん食」はまだ食べやすく、助かって
います。メニューが多いし、変わったものも出るの、常食よ
りずっといいですね。

ているが、もちもちとおいしい。

ちなみに、立田さんは05年の
最初から「副作用対策食」に関
わり、元室長だった石長さん
「相談すると、新しいメニュー
がいくらでも出てくる」とうな
らせたベテラン調理師。今では
「坊っちゃん食」の定番、お茶
漬けを最初にメニューに加える
ときも、石長さんの要請に
うなぎ茶漬、焼おにぎり茶漬

けなどを次々考案してみせた。

長い間、「対応が必要」とい
われながらつくられなかった副
作用対策食を、四国がんセンタ
ーの栄養管理室が実現してしま
った背景には、同センター独特
の伝統がある。通常はメニュー
を栄養士が考え、調理師が料理
をつくるのだが、ここでは管理
栄養士、栄養士、調理師の全員
がアイデアを出す。そして、試

